

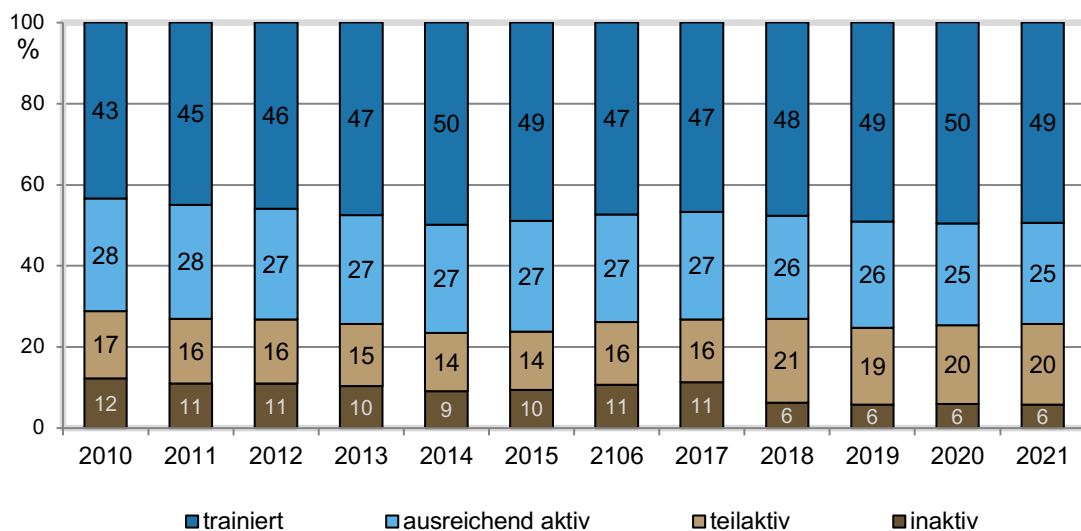
Sportliche Leistungsfähigkeit junger Erwachsener

Anlässlich der militärischen Aushebungen werden die Stellungspflichtigen medizinisch untersucht und bewältigen einen Fitnessstest. Seit dem Jahr 2006 werden sie überdies zu ihrem Bewegungsverhalten befragt.

Die Befragungsergebnisse der Jahre 2010 bis 2021 sind in der folgenden Abbildung dokumentiert. Die Resultate zeigen, dass sich der Anteil derjenigen, welche die Bewegungsempfehlungen erfüllen, zwischen 2010 (71%) und 2021 (74%) leicht erhöht hat, während sich der Anteil der Inaktiven von 12 auf 6 Prozent halbiert hat.

Vergleicht man die Angaben der Stellungspflichtigen mit denjenigen der Gesamtbevölkerung (vgl. Indikator „Bewegungsverhalten der erwachsenen Bevölkerung“), so fällt auf, dass beide Gruppen die Bewegungsempfehlungen in einem ähnlichen Mass erfüllen (Gesamtbevölkerung 2017: 76%). Allerdings weisen die jungen Männer einen deutlich höheren Anteil an „Trainierten“ (49% im Jahr 2021) auf als die Gesamtbevölkerung (31%), bei der der Anteil der ausreichend Aktiven (45%; Stellungspflichtige: 25%) höher ist. Schränkt man die Betrachtung auf die 15- bis 24-Jährigen ein (vgl. Abbildung C im Indikator «Bewegungsverhalten der erwachsenen Bevölkerung»), so zeigen sich grössere Übereinstimmungen: Sowohl der Anteil an Trainierten (47%) als auch derjenige der Inaktiven (5%) ist in der repräsentativen Stichprobe der 15- bis 24-Jährigen der Schweizerischen Gesundheitsbefragung vergleichbar mit demjenigen bei den Stellungspflichtigen, während der Anteil der ausreichend Aktiven (36%) etwas höher und der Anteil der ungenügend Aktiven (13%) etwas geringer ist.

A) Bewegungsverhalten der Stellungspflichtigen, 2010 bis 2021



Quelle: Studien des BASPO zum «Fitnessstest der Armee bei der Rekrutierung». Fallzahlen: 2010: 34'866; 2011: 33'504; 2012: 33'084; 2013: 31'541; 2014: 32'122; 2015: 32'079; 2016: 33'661; 2017: 32'421; 2018: 27'598 (Gesamtzahl; in der Abbildung wurden in Einklang mit der Berichterstattung des BASPO nur die Resultate der zweiten Jahreshälfte berücksichtigt); 2019: 26'398; 2020: 20'756; 2021: 27'654.

Quellen und Literatur

Die Resultate des Fitnessstests der Armee (FTA) bei der Rekrutierung werden jährlich durch das VBS und das Bundesamt für Sport publiziert:

<https://www.baspo.admin.ch/de/sportfoerderung/breitensport/fitnessstest-armee-fta-rekrutierung.html>

Weitere Informationen:

Bundesamt für Sport BASPO (2020/2021/2022): Fitnessstest der Armee bei der Rekrutierung. Resultate 2019/2020/2021. Magglingen: BASPO.

Bundesamt für Sport BASPO, Bundesamt für Gesundheit BAG, Gesundheitsförderung Schweiz, bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung, Suva, Netzwerk Gesundheit und Bewegung Schweiz (2013): Gesundheitswirksame Bewegung. Magglingen: BASPO.

Wyss, Thomas, und weitere Autoren (verschiedene Jahre): Fitnesstest der Armee bei der Rekrutierung (jährliche Resultate). Magglingen: EHSM.

Definitionen

Anlässlich der militärischen Aushebungen werden die Stellungspflichtigen medizinisch untersucht und bewältigen einen Fitnesstest. Seit dem Jahr 2006 werden sie zudem zu ihrem Bewegungsverhalten befragt, und zwar unabhängig davon, ob die Stellungspflichtigen am eigentlichen Fitnesstest teilgenommen haben.

Abbildung A enthält die Resultate aus der Befragung der Stellungspflichtigen. Für die Abbildung wurden die Daten aller Stellungspflichtigen verwendet, welche die psychologische Befragung der Rekrutierung (wo auch die Fragen zum Bewegungsverhalten gestellt wurden) absolviert haben. Für die Darstellung in Abbildung A wurden dieselben Definitionen der körperlichen Aktivitätsniveaus verwendet wie beim Indikator „Bewegungsverhalten der erwachsenen Bevölkerung“:

- trainiert: mindestens 3 Tage pro Woche mit Schwitzepisoden durch körperliche Bewegung.
- ausreichend aktiv: mindestens 5 Tage mit jeweils mindestens 30 Minuten Aktivitäten mit mittlerer Intensität (ausser Atem kommen), mindestens 150 Minuten mittlere Intensität pro Woche, 2 Tage mit Schwitzepisoden oder äquivalente Kombinationen von Aktivitäten mittlerer und hoher Intensität.
- teilaktiv: mindestens 30 Minuten mittlere Intensität pro Woche oder 1 Tag mit Schwitzepisoden.
- inaktiv: keine nennenswerte Bewegungsaktivität.

Die beiden obersten Aktivitätsniveaus erfüllen die aktuell geltenden Bewegungsempfehlungen (vgl. BASPO et al. 2013).

Der Fitnesstest der Armee (FTA) anlässlich der militärischen Rekrutierungen umfasst die folgenden fünf Komponenten: Standweitsprung, Medizinballstoss, Rumpfkrafttest, Einbeinstand, Ausdauerlauf. Bei diesem Test können insgesamt 125 Punkte erreicht werden, wobei die Stellungspflichtigen bei 80 oder mehr Punkten eine Auszeichnung (Sportabzeichen) erhalten. Im Jahr 2020 enthalten die Resultate auch rund 410 Frauen, welche an der militärischen Rekrutierung teilgenommen haben.

Weitere Befunde

Aus den Berichten des BASPO zum FTA geht hervor, dass sich die durchschnittlich gewonnenen Punktzahlen zwischen 2010 (71 Punkte) und 2021 (69 Punkte) leicht verringert haben. Eine Detailanalyse nach Kantonen zeigt überdies, dass es kleinere regionale Unterschiede gibt: Im Jahr 2021 waren die durchschnittlichen Punktzahlen in den Kantonen Basel-Stadt (64 Punkte), Schaffhausen (66 Punkte) und Zürich (66 Punkte) am geringsten und im Tessin (73 Punkte), Appenzell Ausserrhoden (72 Punkte), Bern (72 Punkte) und Glarus (72 Punkte) am höchsten. Unterschiede in der durchschnittlich erreichten Punktzahl pro Rekrutierungszentrum können gemäss der Studie des BASPO (2020) am besten durch das Bewegungsverhalten und den Body Mass Index (BMI) der Stellungspflichtigen erklärt werden.

Im Jahr 2021 erreichten 28.1 Prozent der stellungspflichtigen Männer und 28.7 Prozent der Frauen 80 Punkte oder mehr. Im Jahr 2010 erreichten noch 31.3 Prozent der Stellungspflichtigen diesen Wert, der mit der Militärsportauszeichnung belohnt wird. Trotz geringer Unterschiede bei den durchschnittlichen Punktzahlen scheint das Leistungsniveau bei den Fitnesstests somit über die Zeit leicht zurückgegangen zu sein.